



Directrices provisionales para reuniones sociales privadas

(19 de octubre de 2020)

Directrices provisionales para reuniones sociales privadas: Cualquier escenario en el que se reúnan las personas supone un riesgo de transmisión de COVID-19. Esto incluye reuniones sociales privadas en Carolina del Norte, como comidas al aire libre o celebraciones de festividades. Estas directrices están dirigidas a los anfitriones y los invitados de reuniones privadas. Las directrices siguientes ayudarán a reducir la propagación de COVID-19 en las comunidades.

Principios básicos

- No organice ni asista a una reunión si:
 - Se le ha diagnosticado COVID-19
 - Está esperando los resultados de una prueba de COVID-19
 - Está teniendo [síntomas](#) de COVID-19
 - El departamento de salud local le ha indicado que debe ponerse en cuarentena o aislarse, o
 - Posiblemente haya estado expuesto a alguien con COVID-19
- Ninguna reunión debe exceder los límites actuales para reuniones masivas (25 personas en interiores y 50 personas al aire libre). Las reuniones que superen estos límites actualmente se encuentran prohibidas en todo el estado con el fin de reducir la propagación de la COVID-19. Sin embargo, el virus también puede transmitirse en reuniones pequeñas.
- Cuando decida cuántas personas invitar a su reunión, tenga en cuenta el espacio que tiene y la capacidad de mantener distanciamiento social durante el evento.
- Las personas con alto riesgo de sufrir complicaciones por COVID-19 (p. ej., las personas mayores de 65 años o con afecciones crónicas subyacentes) deben evitar las reuniones sociales. En caso de que asistan, asegúrese de que se pongan en práctica las medidas conocidas como “3W” o “3M” (mascarilla, mantener distancia, manos higienizadas).
- Piense en la posibilidad de organizar eventos virtuales, o de tener una opción virtual para las personas con más alto riesgo para que puedan participar de manera segura desde su casa.
- Es preferible realizar actividades al aire libre y no en interiores, ya que es más fácil mantener distancia y hay más viento y aire que ayudan a reducir la transmisión del virus. Sin embargo, incluso al aire libre, cuantas más personas interactúen más aumentará el riesgo de transmisión de COVID-19.
- Durante el evento, ponga en práctica las medidas “3Ms” (mascarilla, mantener distancia, manos higienizadas): Usar una mascarilla, mantener 6 pies de distancia de los demás y lavarse las manos con frecuencia.
- Toda persona que desarrolle COVID-19 dentro de las 48 horas después de asistir a una reunión debe notificar a los otros asistentes tan pronto como sea posible con respecto a la posible exposición.

Si organiza una reunión social

Recuérdelos a los invitados que se queden en casa si están enfermos

- Recuérdelos a los invitados que se queden en casa si han estado expuestos a COVID-19 en los últimos 14 días o tienen [síntomas](#) de COVID-19.
- Considere mantener una lista de los invitados que hayan asistido para la posible necesidad de hacer un [seguimiento de contactos](#) en el futuro. Anime a los invitados a que descarguen la aplicación de notificación de exposición [SlowCOVIDNC](#).
- Dígalos a sus invitados qué medidas está tomando para asegurarse de que su reunión sea lo más segura posible.
- Si está planeando mantener reuniones presenciales para las fiestas con personas fuera de su grupo familiar, piense en pedirles a todos los invitados que eviten estrictamente el contacto con personas fuera de sus grupos familiares durante 14 días antes de la reunión.

Promueva el distanciamiento social

- Si es posible, organice su reunión al aire libre. Si esta no es una opción viable, asegúrese de que la sala o el espacio tenga una buena ventilación abriendo ventanas y puertas en la medida que sea seguro y viable de acuerdo con las condiciones climáticas.
- Disponga las mesas y las sillas de modo que se mantenga el distanciamiento social. Las personas del mismo grupo familiar pueden agruparse sin necesidad de mantener 6 pies de distancia entre sí; simplemente, deben mantenerse a 6 pies de los demás grupos o familias.
- Si está planeando actividades para adultos y/o niños, considere aquellas en las que se pueda mantener el distanciamiento social, como tareas artísticas con tiza en la acera, el juego corn hole (agujero de maíz) o *frisbee*.
- Cuando lleguen los invitados, minimice los gestos que promuevan el contacto cercano. Por ejemplo, en lugar de dar la mano o un abrazo, salude a los invitados agitando la mano o de manera verbal.
- Procure no servir alcohol, ya que los invitados son menos propensos a seguir las prácticas de distanciamiento social cuando están bebiendo.

Use mascarillas de tela

- Use [mascarillas de tela](#) cuando esté a menos de 6 pies de distancia de otras personas o esté en interiores.
- Piense en proporcionar mascarillas de tela a los invitados o en pedirles que traigan las suyas.

Higiene de manos frecuente

- Piense en proporcionar desinfectante de manos además de indicar claramente las áreas donde los invitados podrán lavarse las manos.
- [Lávese las manos](#) durante al menos 20 segundos cuando entre y salga de una reunión social. Si no se dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante para manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Asegúrese de que haya jabón o desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol, toallas de papel y pañuelos desechables en los baños y anime a los invitados a que no formen una fila en la puerta. También piense en proveer suministros de limpieza que permitan a los empleados limpiar superficies antes de partir. Retire las toallas de mano de uso compartido/de uso público.
- Recuérdelos a los invitados que se laven las manos antes de que se sirva la comida o antes de comer.

- Use toallas de mano desechables o toallas de papel para secarse las manos, para que los invitados no deban compartir una toalla.

Limite el número de personas que manipulen o sirvan la comida

- Anime a los invitados a que lleven sus propias comidas y bebidas.
- Si es posible, limite las personas que entren y salgan de las áreas donde se esté preparando o manejando comida, como la cocina o alrededor de la parrilla. Para evitar acumulaciones, pida que un grupo familiar a la vez se acerque al área donde se sirva la comida.
- Si va a servir comidas, piense en identificar a una persona para que sirva todas las comidas. De esa manera evitará que los utensilios de servir sean manipulados por muchas personas.
Use opciones desechables o identifique a una persona para servir artículos que se puedan compartir, como aderezos para ensaladas, recipientes de comida y condimentos, de manera que estos no sean manipulados por muchas personas.

Limite el contacto con superficies de contacto común o con artículos compartidos

- [Limpie y desinfecte](#) las superficies de contacto común (p. ej., manijas de puertas, manijas de lavabos, superficies del baño) antes de que lleguen los invitados y entre cada uso.
- Limpie y desinfecte cualquier artículo compartido entre cada uso cuando sea viable.
- Use recipientes o cubos de basura sin contacto, o retire las tapas de los recipientes de basura para reducir el número de artículos que se deban tocar.
- Use guantes cuando tenga que sacar bolsas de basura y deshacerse de los desperdicios. [Lávese las manos](#) después de quitarse los guantes.
- Si opta por usar algún artículo compartido que sea reutilizable (p. ej., cubiertas de asientos, manteles, servilletas de tela), lávelos, límpielos y desinfectélos después del evento.

Si asiste a una reunión social

Prepárese antes de salir

- Quédese en casa si le han diagnosticado COVID-19, si está esperando los resultados de una prueba de COVID-19, si está teniendo [síntomas](#) de COVID-19, si el departamento de salud local le ha indicado que debe ponerse en cuarentena o aislarse, o si piensa que puede haber estado expuesto a alguien con COVID-19.
 - Los invitados que vivan con [personas con más alto riesgo](#) también deben considerar el posible riesgo de sus seres queridos o de otras personas que vivan en su hogar.
- Consulte al anfitrión para obtener información actualizada sobre cualquier pauta de seguridad de COVID-19 y para saber si [ha tomado medidas](#) para prevenir la propagación del virus.
- Dé prioridad a la asistencia a actividades al aire libre en vez de hacerlo a actividades en interiores, y manténgase en su área local en la mayor medida posible.
- Lleve suministros como ayuda para mantenerse (y mantener a otras personas) en condiciones saludables, como por ejemplo [mascarillas de tela](#) (lleve unidades adicionales), desinfectante de manos con al menos un 60 % de alcohol y agua potable.
- Si está planeando asistir a reuniones presenciales para las fiestas con personas fuera de su grupo familiar, piense en evitar estrictamente el contacto con personas fuera de su grupo familiar durante 14 días antes de la reunión.

- Póngase la vacuna contra la gripe antes de visitar a amigos y familiares durante la temporada de gripe. La temporada de gripe comienza en octubre y suele tener su pico en los meses de invierno, por lo cual el momento para vacunarse es ahora. Espere unas 2 semanas para que la vacuna contra la gripe le brinde una protección activa.

Use el distanciamiento social y limite el contacto físico

- Mantenga una distancia de al menos 6 pies de las personas que no vivan en su hogar. Tenga especial cuidado en las áreas donde pueda resultar más difícil mantener esta distancia, como las áreas de estacionamiento y las rutas de entrada y de salida.
- Seleccione el lugar para sentarse o para permanecer de pie de acuerdo con la capacidad de mantener 6 pies de distancia respecto de las personas que no vivan en su hogar, incluso si va a comer o beber.
- Llegue a las reuniones temprano o lejos de las horas pico para evitar la acumulación de personas y las áreas congestionadas.
- Evite formar fila en la puerta del baño o usar el baño en los momentos de más actividad, como al final de la reunión.
- Procure no beber alcohol, dado que eso puede afectar su capacidad para cumplir las prácticas de distanciamiento social.

Use mascarillas de tela

- Para minimizar el riesgo de transmitir el virus, use una [mascarilla de tela](#) al interactuar con otras personas.
 - Usar mascarilla de tela es fundamentalmente importante cuando es difícil mantener el distanciamiento social.
 - Se recomienda enfáticamente usar mascarillas de tela en los ambientes donde las personas podrían alzar la voz, gritar o cantar. Estas actividades aumentan la liberación de gotitas respiratorias y aerosoles finos en el aire y plantean un riesgo mayor de transmisión de COVID-19.
- Si los invitados necesitan quitarse la mascarilla para comer o beber, se recomienda que mantengan 6 pies de distancia de las personas fuera de su grupo familiar y que se coloquen nuevamente la mascarilla una vez que terminen de comer o beber.

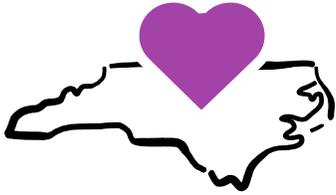
Limite el contacto con superficies de contacto común o con artículos compartidos

- Use toallas de papel en lugar de una toalla de manos de uso público/compartido. Use recipientes o cubos de basura sin contacto.
- Use opciones de pago sin efectivo toda vez que sea posible.
- Evite cualquier opción de comida o bebida de autoservicio, como bufets y estaciones de condimentos o bebidas.
- Use artículos de servicio de comidas desechables, incluidos utensilios y platos, si están disponibles. Alternativamente, piense en llevar sus propios platos o utensilios.
- [Lávese las manos](#) con agua y jabón durante al menos 20 segundos o use desinfectante de manos inmediatamente antes de comer o después de haber tocado alguna superficie común, como manijas de puertas e inodoros.

Consideraciones para personas con más alto riesgo

- Las personas con más alto riesgo de sufrir complicaciones por COVID-19 deben evitar las reuniones sociales.
 - Las personas con alto riesgo incluyen aquellas mayores de 65 años o con ciertas [afecciones médicas](#).
- Los invitados con más alto riesgo deben pensar en asistir a eventos de manera virtual, para que puedan permanecer de manera segura en su hogar.

- En caso de que personas con alto riesgo asistan a la reunión en forma presencial, asegúrese de que todos los invitados practiquen las medidas de 3M y de limitar el número de otros asistentes en la mayor medida posible.
- Piense en pedirles a todos los invitados que eviten estrictamente el contacto con personas fuera de sus grupos familiares durante 14 días antes de la reunión.



#StayStrongNC

**Al mantener la distancia nos unimos.
Proteja a su familia y vecinos.**

Obtenga más información en nc.gov/covid19.



NC DEPARTMENT OF
**HEALTH AND
HUMAN SERVICES**